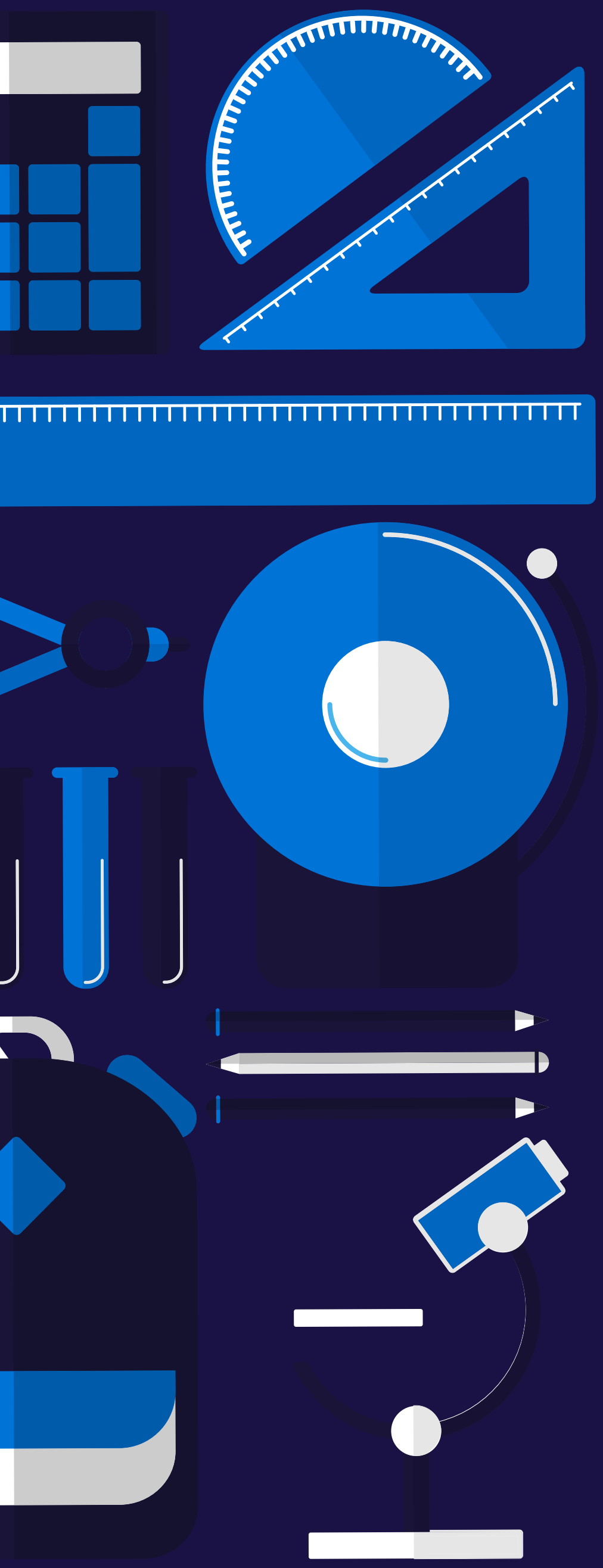
Lycée Antoine de Saint-Exupéry
Corporación Educacional Alianza Francesa-Santiago



Minuta Funcionarios

Octubre 2024

Si desea ponerse en contacto con el administrador del casino de su colegio puede hacerlo a través del siguiente correo electrónico:

administracionafvitacura@mediterranea-group.cl
administracionafchamisero@mediterranea-group.cl

Síguenos en nuestras redes:

mediterranea_chile
Mediterránea Chile
www.mediterranea-group.cl

mediterránea

MINUTA ALMUERZO

mediterráneo

	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Sopa	MENU SEPTIEMBRE	Consomé de ave al huevo	Sopa de carne con sémola	Crema de espárragos	Sopa de pollo con arroz
Salad bar		Lechugas mixtas Cebolla asada al orégano Betarraga Primavera	Lechuga costina Zanahoria Choclo Pepino	Lechuga escarola Chacarera Repollo blanco Mix 4 colores	Lechugas mixtas Apio Zanahoria Brócoli-coliflor
Salsas		Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	Ketchup Pebre
Plato de fondo		Albóndigas de vacuno a la húngara Porotos con tallarines con churrasco de cerdo	Croqueta de pollo Tortilla de champiñón, pimentón y queso	Salsa boloñesa Lomo de cerdo al jugo	Vacuno mechado Burrito de pollo
Acompañamiento		Papas al cilantro *	Arroz exótico Puré de papas	Spaguettis Flan de verduras bicolor	Papas bastón al horno y arroz
Hipocalórico		Gohan de pollo con arroz integral	Ensaladas mixtas con huevos duros	Quiche de espinaca con ensalada de apio, arvejas, betarraga	Ensalada César
Vegetariano		Porotos con tallarines	Tortilla de champiñón, pimentón y queso	Salsa boloñesa de soya	Hamburguesa de porotos negros
Postres		Maicena con leche Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de chocolate Queque Jalea diet Variedad de fruta natural	Sémola con leche Compota de manzana Jalea diet Variedad de fruta natural	Natilla de vainilla Chandelle de chocolate casero Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Sopa	Crema de pollo	Sopa de carne con verduras	Crema de champiñones	Consomé de ave	Crema de choclo
Salad bar	Lechugas mixtas Zanahoria Apio Pepino	Lechuga escarola Mix 4 colores Ensalada chilena Repollo morado	Lechugas mixtas Porotos verdes Betarraga Apio con choclo	Lechuga costina Tomate Zanahoria Pepino	Lechuga escarola Repollo blanco Betarraga Ceviche de mote
Salsas	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Pebre
Plato de fondo	Salsa italiana Omelette cebolla choclo tomate queso	Croquetas de atún Charquicán de vacuno	Pechuga de pollo asada Lentejas guisadas con quínoa con huevo	Vacuno al jugo Lomo de cerdo al orégano	Lasaña boloñesa Croqueta de pollo
Acompañamiento	Caracolitos Cous cous exótico	Arroz piamontesa	Mostaccioli	Arroz graneado Pastelera de choclo	Puré de papas
Hipocalórico	Ensalada campesina (huevo)	Croquetas de atún con ensalada de acelga, choclo, zanahoria	Ensaladas mixtas con quesillo	Hamburguesa de vacuno con ensalada de coliflor, tomate, pepino	Pascualina
Vegetariano	Omelette de palmitos queso	Charquicán de verduras con huevo frito	Lentejas guisadas con quínoa	Hamburguesa de soya con salsa de champiñones	Pascualina de verduras con soya
Postres	Mousse Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Tartaleta de fruta Sémola con leche Jalea diet Variedad de fruta natural	Flan de leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Leche nevada Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Queque Maicena con leche Jalea diet Variedad de fruta natural

			Sabores del mundo: Tailandia		
	Lunes 14	**Martes 15**	**Miércoles 16**	**Jueves 17**	**Viernes 18**
Sopa	Crema de espárragos	Consomé de ave al huevo	Sopa de verduras con fideos y cebollín	Crema de verduras	Sopa de pollo con sémola
Salad bar	Lechuga escarola Repollo morado Tomate Pepino	Lechuga costina Apio Ensalada bretona Zanahoria	Mix de hojas verdes Tomate Choclo Pepino	Lechuga escarola Mix de repollo Mix 4 colores Porotos verdes	Lechugas mixtas Betarraga con arvejas Pepino Zanahoria
Salsas	Limoneta al eneldo Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt cilantro	Limoneta con cilantro Salsa yogurt cúrcuma	Salsa de yogurt cilantro Pebre
Plato de fondo	Vacuno mechado Lomo de cerdo al jugo	Croquetas de vacuno Reineta con tomate y eneldo	Vacuno Thai Pad thai pollo	Porotos granados con mazamorra con churrasco de cerdo Salsa bontoux	Tacos con carne lechuga choclo guacamole porotos negros Pechuga de pollo al limón
Acompañamiento	Quífaros Arroz al cilantro	Papas asadas Verduras salteadas	Arroz thai	Coditos	Arroz con zanahoria
Hipocalórico	Ensalada griega (quesillo)	Ensalada Nicoise	Dados de pollo al curry con Choclo, tomate, pepino, mix de hojas verdes	Ensalada césar con atún	Wraps de jamón y guacamole con ensalada de apio, arvejas, zanahoria
Vegetariano	Quesillo apanado	Croquetas de soya	Pad thai vegetariano	Porotos granados con mazamorra	Quesadilla de champiñón choclo queso
Postres	Mousse Yogurt americano Jalea diet Variedad de fruta natural	Ilusión de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Panqueques con manjar Leche asada Jalea diet Fruta picada	Panacota Compota mixta Jalea diet Variedad de fruta natural	Brazo gitano Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural

	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Sopa	Sopa de pollo con verduras	Crema de zapallo	Sopa de pollo con sémola	Crema de espárragos	Consomé de vacuno al huevo
Salad bar	Lechuga escarola Apio Zanahoria Repollo morado	Lechugas mixtas Betarraga Tomate Coliflor	Lechuga escarola Ensalada bretona Choclo con cilantro Mix 4 colores	Lechuga costina Betarraga Pepino Zanahoria	Lechugas mixtas Mix de repollo Ensalada chacarera Primavera
Salsas	Limoneta con ciboulette Pebre	Limoneta Salsa de yogurt orégano	Limoneta con eneldo Pebre	Limoneta con pimienta Salsa yogurt perejil	Ketchup Pebre
Plato de fondo	Carne a la provenzal Salsa Alfredo (jamón de pollo)	Pollo a la cuernavaca Garbanzos guisados con churrasco de cerdo	Canelones boloñesa Merluza a la plancha	Trutro de pollo asado Juliana de vacuno	Chuleta de cerdo asada Pastel de papas
Acompañamiento	Panaché de verduras Espirales	Puré de papas	Arroz al cilantro	Guiso de porotos verdes Tallarines atomatados	Arroz graneado
Hipocalórico	Ensalada César	Tortilla de porotos verdes con ensalada de espinaca, choclo, tomate	Ensalada griega (quesillo)	Filetes de pollo a la plancha con ensalada de apio, betarraga, choclo	Ensalada Nicoise (atún - huevo)
Vegetariano	Omelette de champiñón queso	Garbanzos guisados	Canelones rellenos con pino de soya	Croqueta de lentejas	Pastel de papas con pino de carne de soya
Postres	Bavaroise Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Kuchen de fruta Leche nevada Jalea diet Variedad de fruta natural	Natilla Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Queque Chandelle casero Jalea diet Variedad de fruta natural	Panacota Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural

			Ponle color amarillo a tu plato		
	Lunes 28	**Martes 29**	**Miércoles 30**	**Jueves 31**	**Viernes 1**
Sopa	Sopa de carne con fideos	Crema de choclo	Crema de choclo	FERIADO	FERIADO
Salad bar	Lechuga escarola Pepino Mix griego Tomate	Lechugas mixtas Mix 4 colores Repollo morado Apio	Lechuga costina Zanahoria Ensalada chilena Choclo		
Salsas	Salsa yogurt romero Pebre	Limoneta con albahaca Salsa yogurt ciboulette	Limoneta Salsa yogurt comino		
Plato de fondo	Dados de pollo en su salsa Merluza apanada	Vacuno al jugo Lomo de cerdo al orégano	Ají de gallina Porotos granados con mazamorra		
Acompañamiento	Cous cous con verdura salteadas Papas asadas	Mostaccioli Budín de verduras	Arroz perla		
Hipocalórico	Ensalada Nicoise (atún - huevo)	Ensalada griega (quesillo)	Quiche de espinaca y choclo con ensalada de lechuga, repollo morado, porotos verdes		
Vegetariano	Quesillo apanado	Hamburguesa de quínoa	Porotos granados con mazamorra		
Postres	Flan de leche Compota de fruta Jalea diet Variedad de fruta natural	Sémola con leche Macedonia Jalea diet Variedad de fruta natural	Tarta de piña Natilla pie de limón Jalea diet Variedad de fruta natural		

MINUTA DESAYUNO - ONCE

	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Porción líquida	MENU SEPTIEMBRE	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich desayuno	MENU SEPTIEMBRE	Frica Huevo revuelto	Hallulla Margarina light Jamón de pollo-queso	Hallulla Margarina light Queso	Hallulla Pasta de ave pimentón
Sándwich once	MENU SEPTIEMBRE	Hallulla Pasta de ave palta	Frica Pasta de huevo cilantro	Marraqueta Pasta de hummus con tomate	Marraqueta Huevo revuelto

	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Porción líquida	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich desayuno	Marraqueta Margarina light Jamón de pavo	Frica Huevo revuelto	Hallulla Pasta de ave mayonesa	Hallulla Margarina light Queso	Hallulla Margarina light Jamón de pollo
Sándwich once	Marraqueta Pasta de ave palta	Hallulla Margarina light Queso	Queque casero	Marraqueta Huevo revuelto	Marraqueta Pasta de ave pimentón

	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Porción líquida	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich	Marraqueta Margarina light Queso	Frica Pasta de huevo cilantro	Hallulla Margarina light Jamón de pollo	Hallulla Margarina light Queso	Hallulla Huevo revuelto
Sándwich	Marraqueta Margarina light Jamón de pavo	Hallulla Pasta de hummus con tomate	Frica Pasta de ave palta	Marraqueta Pasta de jamón de pavo palmitos	Marraqueta Margarina light Jamón de pollo

	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Porción líquida	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada
Sándwich	Marraqueta Margarina light Queso	Hallulla Huevo revuelto	Frica Pasta de ave pimentón	Hallulla Pasta de huevo cilantro	Marraqueta Margarina light Jamón de pavo
Sándwich	Frica Margarina light Jamón de pollo	Queque casero	Hallulla Pasta de jamón de pavo palmitos	Marraqueta Margarina light Queso	Hallulla Pasta de ave palta

	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 1
Porción líquida	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	Té, Café, Té de hierbas Endulzante o Azúcar Leche semi o descremada	FERIADO	FERIADO
Sándwich	Frica Margarina light Jamón de pollo	Marraqueta Pasta de ave palta	Marraqueta Margarina light Queso	FERIADO	FERIADO
Sándwich	Marraqueta Margarina light Queso	Frica Pasta de huevo cilantro	Hallulla Pasta de hummus con tomate	FERIADO	FERIADO

MINUTA COLACION TRANSPORTABLE

	Lunes 30	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Porción líquida	MENU SEPTIEMBRE	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero		Pollo cebolla caramelizada palta	Ave chacarero	Churrasco queso	Lomito tomate palta
Fruta natural		1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural
Barra de cereal o yogurt		Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc

	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Porción líquida	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero	Pollo cebolla caramelizada palta	Ave chacarero	Churrasco porotos verdes aros de cebolla	Lomito tomate palta	Pollo huacamole
Fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural
Barra de cereal o yogurt	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal

	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Porción líquida	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero	Churrasco queso tomate	Ave lechuga champiñón	Lomito queso palta	Churrasco porotos verdes queso	Ave palta tomate
Fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural
Barra de cereal o yogurt	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc

	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Porción líquida	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc
Sándwich casero	Churrasco chacarero	Pollo cebolla caramelizada palta	Ave chacarero	Churrasco queso	Lomito tomate palta
Fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural
Barra de cereal o yogurt	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal

	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 1
Porción líquida	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	Jugo en caja 200 cc	FERIADO	FERIADO
Sándwich casero	Pollo cebolla caramelizada palta	Ave chacarero	Churrasco porotos verdes aros de cebolla		
Fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural	1 fruta natural		
Barra de cereal o yogurt	Yogurt individual 120 cc	Barra de cereal	Yogurt individual 120 cc		